



Waarom zou je dragen?

Een draagdoek of ergonomisch draagsysteem geeft je de mogelijkheid om je kindje heerlijk dichtbij je te dragen. Dat is niet alleen praktisch in het dagelijks leven, maar vooral ook een fijne manier om samen te genieten van warmte, nabijheid en geborgenheid.

Dragen kan een mooie aanvulling zijn op jullie dagelijks leven. Thuis, tijdens een wandeling, wanneer je kindje behoefte heeft aan extra nabijheid of gewoon omdat het zo fijn is om je baby dicht bij je te voelen.

Veel baby's vinden het heerlijk om dicht bij hun ouder te zijn. De warmte, geur en beweging van jou kunnen helpen om je kindje te kalmeren en een gevoel van veiligheid te geven. Uit onderzoek van Hunziker en Barr (1986) blijkt bovendien dat baby's die regelmatig worden gedragen gemiddeld aanzienlijk minder huilen.

In een ergonomische draagdoek of draagzak wordt je kindje op een natuurlijke en comfortabele manier ondersteund. De beentjes nemen daarbij een mooie natuurlijke houding aan, met de knietjes hoger dan de billen. Zo worden de heupjes goed ondersteund en krijgt je kindje de ruimte om zich op een ontspannen manier te ontwikkelen.

Ook wanneer je kindje last heeft van darmkrampjes of reflux kan rechtop en dichtbij dragen prettig zijn. De nabijheid en rustige beweging kunnen troost bieden en helpen om je baby te ontspannen.

Samen Groeien

Dragen is zoveel meer dan je kindje van A naar B brengen. Terwijl je baby lekker tegen je aan ligt, zijn jullie voortdurend met elkaar in contact. Je voelt elkaar, ruikt elkaar en leert elkaars signalen steeds beter kennen.

Deze nabijheid kan bijdragen aan een gevoel van veiligheid en geborgenheid en ondersteunt het opbouwen van een liefdevolle band tussen jou en je kindje. Je merkt vaak sneller wanneer je baby behoefte heeft aan rust, voeding, contact of juist wat meer ruimte.

En misschien wel het mooiste: je hebt je handen vrij, terwijl je kindje heerlijk dichtbij je kan zijn. Zo kun je samen de wereld ontdekken, terwijl je baby vanuit jouw vertrouwde nabijheid steeds een beetje meer van die wereld leert kennen.

Wanneer je je baby draagt, beweegt je kindje op een natuurlijke manier met je mee. Iedere stap, beweging en verandering van houding geeft je baby kleine prikkels die bijdragen aan het ontwikkelen van evenwicht, lichaamsbewustzijn en motorische vaardigheden.

Tegelijkertijd zit je kindje veilig en vertrouwd dicht tegen jou aan. Vanuit die geborgen plek kan het rustig om zich heen kijken en de wereld ontdekken. Op jouw hoogte beleeft je baby de omgeving op een andere manier dan vanuit een kinderwagen. En wordt het even te veel? Dan kan je kindje zich eenvoudig naar jou toe wenden en de prikkels even achter zich laten.

Zo ontstaat er ruimte om de wereld op een eigen tempo te ontdekken, vanuit een veilige en vertrouwde basis.





Voor jou als ouder

Dragen kan een fijne manier zijn om dichtbij je kindje te zijn én tegelijkertijd je handen vrij te hebben. Een goed passende draagdoek of ergonomische draagzak ondersteunt je kindje en verdeelt het gewicht prettig over je lichaam. Dat kan het dragen comfortabeler maken, ook wanneer je kindje wat langer of vaker gedragen wordt.

Of je nu thuis bezig bent, een wandeling maakt, voor een ouder kindje zorgt of gewoon even samen wilt genieten: met je kindje dichtbij houd je je handen vrij voor wat er op dat moment nodig is.

En een draagdoek of draagzak is natuurlijk ook makkelijk mee te nemen. In tegenstelling tot een kinderwagen neemt een drager weinig ruimte in en kun je hem eenvoudig meenemen in je tas of auto.

Geen baby, ouder of gezin is hetzelfde. Daarom is het fijn om verschillende draagdoeken en draagsystemen rustig te kunnen bekijken, voelen en uitproberen.

Ik heb een uitgebreid assortiment aan ergonomische draagsystemen en draagdoeken beschikbaar, zodat we samen kunnen ontdekken wat prettig voelt voor jou én je kindje. Je hoeft dus niet vooraf precies te weten wat je zoekt. Tijdens een draagconsult kijken we samen naar jullie wensen, je kindje en wat voor jullie praktisch en comfortabel voelt.





Afspraak maken?

Lijkt het je fijn om dragen eens rustig uit te proberen? Tijdens een draagconsult nemen we de tijd om verschillende mogelijkheden te bekijken en te passen.

Je kunt verschillende dragers uitproberen en ervaren hoe het voelt wanneer je kindje dichtbij je zit. We kijken samen naar een oplossing die comfortabel, veilig en passend is voor jullie gezin.

Een draagconsult vindt plaats op de praktijklocatie in Apeldoorn.

Kosten draagconsult: €20,00 (2026) per half uur.



“Vooraf dacht ik eerlijk gezegd dat een draagdoek vooral iets voor moeders was. Tijdens het consult merkte ik al snel hoe fijn het eigenlijk is om je kindje zo dichtbij te hebben. Ik kon verschillende dragers proberen en kreeg rustig uitleg over wat bij mij en onze baby paste. Inmiddels draag ik hem regelmatig. Het is praktisch, maar vooral heel bijzonder om zo samen op pad te zijn.”

— Vader van een jonge baby